
El acompañamiento espiritual

Leonardo Buero

Introducción

Desde el año 1994 mi tarea profesional se ha desarrollado prioritariamente en el acompañamiento vocacional a adolescentes. Estimo haber realizado más de 500 en ese tiempo. Es una tarea delicada, compleja y apasionante.

En aquellos comienzos quedaban todavía restos de lo que se entendía como acompañamiento vocacional: una consejería realizada por un sacerdote con alguien que intentaba discernir si era llamado a ser religioso o un par de entrevistas realizadas por un psicólogo, test mediantes, intentando orientar a la persona hacia el ámbito ocupacional. Parecería que la problemática vocacional quedaba reducida a estos dos casos: lo espiritual y lo profesional y el acompañamiento lo realizaba un sacerdote o un psicólogo. En ambos casos tenía un aspecto pasivo y mágico (alguien que no soy yo me dirá lo que debo hacer), puntual y con este carácter “elector”. Una vez elegido el camino a recorrer se

había obtenido el producto deseado. Hoy ha cambiado visiblemente el concepto de la Vocación y el acompañamiento no es realizado exclusivamente por el sacerdote o el psicólogo sino que es competencia de catequistas, profesores, líderes, orientadores.

No es una intervención puntual, mágica o un “buen consejo”, sino una serie de encuentros en los que se crea una sociedad o equipo entre quien se deja acompañar y quien siente interés en hacerlo y tiene una determinada formación.

1. Características del Acompañamiento Vocacional

Pertenece a una realidad temporal que culmina luego de realizarse un proceso. Durante su desarrollo tiene un carácter sistemático. Lo realiza un adulto calificado con madurez y estabilidad emocional, con un proyecto de vida constituido.

Tiene varios aspectos: emocionales, existenciales, espirituales, psicológicos, profesionales.

El Acompañamiento Vocacional desde estar basado en un trinomio

→ **El Afecto:** se realiza en un contexto de cercanía, amistad, confianza, simpatía. Pone en juego el interés sincero y profundo por las realidades pertenecientes al mundo interior, a los sueños y deseos más personales. Este afecto también se manifiesta en la capacidad de recibir al otro, de dialogar y recibir confidencias que serán guardadas con ética y celo profesional. El estilo es optimista, cordial y competente.

→ **La búsqueda realista:** implica revisar con valentía aspectos personales, purificar intenciones, ver al sujeto en relación con los otros y en sus actividades cotidianas de una manera realista y objetiva.

→ **La presencia de Dios:** todo buen educador tiene como finalidad llevar a sus destinatarios a la pregunta: ¿qué es lo que Dios quiere de mí? ¿cuál es su proyecto?

Este trinomio garantiza para el educador elementos de conocimiento, valoración y orientación y para el que es orientado: apertura, confianza y fe que hacen la tarea más sencilla y eficaz. En este contexto la persona se convierte en “más persona” ya que

descubre la capacidad de tener iniciativas propias para la acción y de ser responsable de sus acciones. *Aprende a elegir y auto-dirigirse* inteligentemente a la vez que adquiere conocimientos relevantes para solucionar problemas existenciales.

Todo proceso de acompañamiento nos ubica ante:

- La necesidad de descubrir el sentido de la vida.
- Los valores elegidos para vivir.
- La capacitación académica para desarrollar tareas específicas.
- La intuición, la apertura y la escucha a la voluntad del Señor de la Vida y de la Historia.

2. Algunos objetivos del Acompañamiento Vocacional

→ **Construcción de la identidad:** implica descubrir aquellos talentos y debilidades que hacen del individuo un ser original, único, en relación con otros igualmente diferentes y valiosos.

→ **Capacidad de tomar opciones:** permanentemente estamos eligiendo cómo queremos vivir diversas situaciones, desde las más cotidianas a las excepcionales. Es una capacidad que se desarrolla en su ejercicio.

→ **Construcción de un proyecto de vida:** se concretiza en la finalidad hacia la cual se orienta todo lo que hacemos. Es dinámico y se va reajustando. Se apoya en valores y contempla aspectos afectivos, espirituales, familiares y laborales. Una actividad práctica es escribirlo o dibujarlo teniendo en cuenta lo que se quiere alcanzar y las características del trayecto (él cómo se quiere vivirlo haciendo cosas concretas).

→ **La relación con los demás:** los deseos, los valores, los actos se realizan en relación con otros, fuera de uno mismo. Resulta muy fructífero descubrirse en actos de servicio, apostolados, misiones, servicios de voluntariado. También en relación es que se aprende a tomar decisiones, a elegir.

3. Palabras Claves

Construcción de la Identidad

La identidad se puede definir como la conciencia estable acerca de sí mismo (concepto de sí mismo), y de las conductas manifestadas

(auto-percepción). Evoluciona desde las primeras identificaciones, las crisis psicosociales evolutivas y la confrontación del individuo y sus valores, con la sociedad y sus valores. Dicen Cencini y Manenti que “lo contrario de la identidad es la carencia de estima personal (que se manifiesta en la vergüenza), la carencia de confianza (que se manifiesta en la duda), la carencia de estabilidad (que se manifiesta en el vacío existencial)”.

En la identidad encontramos tres aspectos:

→ **Sentimiento de unidad:** se logra a través de la historia del individuo integrando aspectos organizados que ante un nuevo evento o cambio varía en su configuración.

→ **Sentimiento de continuidad:** es el aspecto temporal que persiste en el tiempo, más allá de cualquier circunstancia.

→ **Sentimiento de mismidad:** representa la necesidad de ser reconocidos por los demás (“de ser uno mismo”, “diferente a los demás”).

Proyecto de Vida

En la vida psíquica de un individuo uno de los elementos constitutivos más importantes y dinamizadores es el proyecto de vida. Las preguntas sobre sí mismo, la intuición y búsqueda del sentido de la vida van aportando elementos al proyecto. Proyecto que presenta un aspecto dinámico fundamental ya que va cambiando, reajustándose y definiéndose con la evolución de la persona. En la infancia el proyecto de vida está unido al deseo de los padres; en la preadolescencia al mundo de los sueños; en la adolescencia a la voluntad de independencia, identidad, libertad; en la juventud y edad adulta el proyecto se transforma en experiencia práctica, realizada. El proyecto ayuda a la construcción de la identidad personal y un motor propulsor de la misma suele ser el asumir roles, tareas en las cuales plasmar de manera original, única e irrepetible el ser. El proyecto representa la posibilidad de unificar e integrar la energía vital que impregna todas las dimensiones de la personalidad. Propone una dirección autónoma, original, con estaciones y caminos propios, que abre las puertas a la libertad interior, a la responsabilidad y a la creatividad. La construcción del proyecto despierta la sensibilidad hacia el momento más importante de nuestra vida, por lo que se transforma en una experiencia riquísima

en emociones. Por supuesto que construir y definir un proyecto no evita la angustia de reajustar el camino o de padecer estancamientos o de dosificar la velocidad del recorrido. Por otra parte, tiene un carácter ideal que debe ser concretado en lo cotidiano para no ser una realidad idílica. Para que sea creíble y real se debe apoyar en:

→ **Auto-conocimiento:** saber quién soy más allá de rótulos, etiquetas y espejismos. Conocer lo que nos tensiona, lo que nos gusta y disgusta, nuestras reacciones espontáneas, temores, fortalezas, en qué momentos actuamos agresivamente y cuáles son las causas.

→ **Auto-estima:** sano afecto por lo que somos en realidad; sin complejos de inferioridad o sobrestima.

→ **Auto-aceptación:** capacidad de aceptar nuestros límites sin negarlos, buscando su superación, con paciencia, optimismo y deseo sincero de cambio.

4. Rol del Acompañante Vocacional

El acompañamiento vocacional es realizado por un adulto que debe confiar con la capacidad de su “acompañado” para manejar constructivamente esta situación vital, colaborando en la liberación de esa capacidad. Propone un clima de aceptación, comprensión y respeto, facilitando de esta manera el proceso que al estar libre de amenazas fluye adecuadamente. El acompañante sitúa en el centro del proceso y de la relación la importancia de los problemas y sentimientos de la persona a la que acompaña y no los suyos. Es muy importante que comprenda que el esfuerzo constructivo proviene de las fuerzas positivas del otro y que no es el artesano responsable de la tarea. Para esto no debe presentar patrones neuróticos de comportamiento que obstaculicen la relación o provoquen daño en el otro.

Competencias del acompañante:

☞ Habilidad para descubrir cambios en los comportamientos no verbales (en el tono de voz, la expresión, las emociones del otro).

☞ Capacidad de comprometerse, “jugarse”, en una relación de trabajo, con equilibrio, con claridad de objetivos y con el único sentido de favorecer el clima del acompañamiento.

- ☞ Paciencia y sapiencia para seguir los ritmos de la otra persona, sin avasallar o apurar el proceso.
- ☞ Habilidad para ser empático y poder comprender lo que se le está comunicando.
- ☞ Estar entrenado en competencias básicas de entrevista.
- ☞ Capacidad de escuchar y generar apertura personal en los demás. (Ver cuadro “Open Scale”)

Open Scale

La **Open Scale** (su traducción literal equivaldría a (“Escala de Abridor”) fue desarrollada para aprender más de cerca de cómo aquellas personas que saben escuchar generan en los demás una apertura personal. Consiste en 10 frases que se valoran con una escala de cinco puntos (4 = totalmente de acuerdo y 0 = totalmente en desacuerdo).

1. Las personas suelen hablarme sobre sí mismas con mucha frecuencia.
2. Me suelen decir que sé escuchar.
3. Acepto a los demás como son, sin querer cambiarlos.
4. Las personas me confían secretos.
5. Disfruto escuchando a la gente.
6. Las personas me cuentan cosas personales acerca de ellas mismas.
7. Me interesan los problemas de la gente.
8. Animo a las personas a que me cuenten cómo se sienten.
9. Las personas se encuentran a gusto estando conmigo.
10. Aún cuando hablo poco y me concentro en escuchar me siento bien.

Las personas con puntuaciones altas en el “Open Scale” aprecian los puntos de vista de los otros y son capaces de adoptar su perspectiva, tienen más éxito en generar apertura en los demás y disfrutan estando junto a otros.

El valor de la proximidad o cercanía del acompañante

Desde el momento que se plantea el término “acompañamiento” (acompañar: estar junto...) se expresa *el valor de la proximidad o cercanía* del acompañante. Originalmente el concepto de proximidad fue utilizado y aplicado por los investigadores de interacciones sociales. Está “proximidad” permite una mejor comunicación, comprensión y contacto con lo que la otra persona dice. Quien es acompañado siente que el acompañante “está conmigo”, “es aliado”, “compañero de camino”, “está siempre dispuesto a escucharme”, “le interesa lo que me pasa”.

Consecuencias positivas de la proximidad o cercanía:

Facilita que la interacción sea fluida y que se descubran los aspectos importantes en el proceso. Reafirma el vínculo, la cooperación, el sentimiento de estar “conectados” emocionalmente. Da a las personas un sentido de validación y de que sus problemas son reales y comprensibles. Favorece la apertura y revelación del que es acompañado.

5. Técnicas

Habilidades verbales

1. *Aproximación*: Es una pregunta que *se formula para obtener mayor información*. No se debe abusar de las mismas ya que un encuentro-existencial es diferente a un reportaje. La aproximación incluye permitir el tiempo suficiente para dar la respuesta, evitar un tono afectivo acusatorio y delicadeza para centrarse en lo que importa (evitar la curiosidad o el morbo por lo anecdótico-narrativo). A menudo se puede evitar la pregunta expresando interés: “estoy intentando comprender con claridad qué era lo que pensabas en ese momento”.
2. *Clarificación*: Es una pregunta que *busca clarificar lo que la persona está diciendo*. Se utiliza para comprender mejor frases vagas o confusas, confirmar que el acompañante está comprendiendo lo que se le dice y estimular a la persona a que elabore su discurso.

3. *Paráfrasis*: Es reformular las frases de la persona de manera que comunique a ésta que se comprendió lo que ha dicho. Se utiliza para *enfocar la comunicación hacia aquellos aspectos más importantes* y adecuados. No es repetir con exactitud sus palabras sino más bien un esfuerzo activo del acompañante que con sus palabras demuestra haber atendido lo se le ha dicho con el objeto de mantener comprensión y fluidez en la conversación.
4. *Reflejo*: Se utiliza para comunicar que se comprende lo que el otro está sintiendo. Implica leer entre líneas y *ver el afecto escondido detrás de las palabras*. El reflejo anima a la persona a experimentar y expresar sentimientos y al hacerlo le permite tomar conciencia de los mismos. Cuando el reflejo es adecuado genera empatía y aceptación.
5. *Ofrecer información*: Si bien no es una respuesta habitual debido a que es más conveniente generar en la persona la responsabilidad de asumir las dificultades y encontrar las soluciones, es un recurso que se puede utilizar ante eventuales riesgos de tomar decisiones comprometidas por la falta de información.
6. *Confrontación*: Se utiliza para *identificar mensajes confusos o contradictorios*. Se ofrece a la persona con la intención de ayudarla a tomar conciencia de su incongruencia. Debe mantener un clima cálido y de apoyo ya que si nace de la rabia, la soberbia o la frialdad del que la marca genera en el otro una actitud defensiva.
7. *Recapitulación*: Se utiliza para ordenar la temática, *hacer una síntesis del encuentro*, reubicar el material importante en caso de haber incurrido en divagaciones o temas irrelevantes. Se utilizar al comienzo del encuentro para situarnos en el camino adecuado, en el medio si la persona se divaga o se dispersa y al final para aglutinar cosas y sugerir un próximo punto de partida en la entrevista siguiente.

Lenguaje no verbal

Más allá de lo que se verbaliza existe en todo encuentro un lenguaje gestual a descodificar. Merece atención: la mirada, la expresión facial y la postura corporal. Generalmente, el hablar, mantener

el contacto visual, sonreír, inclinarse hacia delante y una postura corporal abierta comunican sentimientos de interés y entrega hacia la otra persona. Obviamente que el lenguaje no verbal debe estar en consonancia con el clima del encuentro, en un contexto adecuado.

Diversos estudios coinciden que más que la cantidad de comportamientos no verbal positivo generado por quien acompaña importa la congruencia de tales comportamientos con lo que está sucediendo en el encuentro... Al atender los comportamientos no verbales se aprende a utilizar este material como valioso y eficaz en la comunicación, generador de información sobre los sentimientos de la persona y sobre su coherencia entre lo que dice y lo que realmente manifiesta (alguien puede narrar alguna situación que le llena los ojos de lágrimas y decir convencido: "ya no me importa, antes me hacía mal, ahora no" o narrar una situación muy dolorosa con una sonrisa, etc).

A manera de conclusión:

En un mundo cada vez más complejo y vertiginoso los adolescentes y los jóvenes caminan peligrosamente por la existencia sin sentido. La ignorancia existencial de no saber para qué se vive se combate eficazmente al descubrir la valía de una vocación a ser realizada (misión) y de un proyecto de vida.

En el Acompañamiento Vocacional hoy se han introducido aspectos anteriormente no tenidos en cuenta, porque todos tenemos una vocación y la misma *implica todas las dimensiones de la persona* (física, psíquica, espiritual, social, profesional). Es una realidad existencia que pertenece al mundo interior. Se construye mediante el diálogo y la apertura con un "otro" con los demás y con Dios.

Para esto, el acompañamiento vocacional es el instrumento privilegiado que permite clarificar, confrontar, compartir, "aterizar" ideales, sueños, deseos. El acompañamiento vocacional se realiza en un proceso.

Colaborar con este descubrimiento y con la planificación de un proyecto es una tarea apasionante para todos aquellos educadores que se embarcan en esta preciosa aventura.

Vocabulario Vocacional

⇒ **Proyecto de Vida:** Es la intuición anticipada del desarrollo futuro de la persona. Es un proceso dinámico a largo plazo. Se construye en base a un conjunto de ideas e ideales, experiencias, convicciones, valores que dan sentido y orientan la propia vida. Encierra la opción por un estado de vida, una profesión, el compromiso por el Reino.

⇒ **Responsabilidad:** Es la capacidad de responder, de dar respuestas a la vida que nos hace preguntas mediante conjuntos de circunstancias. La vida pregunta y es el ser humano el que da respuestas.

⇒ **Vocación:** Es la llamada de Dios y la respuesta del hombre que impulsa y orienta el crecimiento de toda la persona.

⇒ **Vocación humana:** Es la llamada que siente toda persona hacia un pleno desarrollo de todas sus potencialidades, desde una perspectiva de realización humana (intelectual, afectiva, sexual y social).

⇒ **Vocación cristiana:** Es la llamada que siente toda persona hacia un pleno desarrollo de todas sus potencialidades mediante una vida progresivamente inspirada y unificada en el Evangelio. Se concretiza en un estado de vida: laico, matrimonio, sacerdote, vida consagrada, etc.

⇒ **Profesión:** Tarea o especialidad científico-práctica que uno elige para realizarse en lo personal, sostenerse económicamente y brindar un servicio a la comunidad. Esto exige un estudio terciario y/o universitario.

⇒ **Trabajo:** Es fundamental para la autorrealización de las personas. Debe ser una fuente de satisfacción personal mediante la práctica de valores creativos y personales y debe tener una remuneración justa y digna que permita la manutención de la persona.